

Herbst-Retreat – Praxis der Stille Im Yogahaus Heilbronn

Freitag 18.November bis Sonntag 20.November 2022



Tage der inneren Einkehr, Achtsamkeit und stillen Präsenz in der Einheit
der Einen / dem Einen.

„Lass alles los was dich hindert bei dir selbst zu sein“

In diesem Geiste wollen wir die Tage zusammen praktizieren.

Es werden abwechselnd Sitz- Geh- Sitzmeditationen

Sowohl aus der ZEN-Praxis,

wie auch aus der SUFI-Praxis angeleitet und zusammen vertieft.

Wir wollen unserer Seele eine Reise durch die verschiedenen inneren
Landschaften anbieten.

Anmeldung und Info bei Petra Parvati Pfeleiderer

Tel: 07131 / 257 417

74076 Heilbronn im Breitenloch 17

E-Mail: petrapfeleiderer@web.de

Herbst – Retreat

vom Freitag 18.November bis Sonntag 20.November 2022

Wenn wir uns wieder mit der inneren Quelle verbinden, entdecken wir neue
Perspektiven für viele Themen und Hindernisse.
Stille ist der Schlüssel neue Dimensionen unseres Selbst zu erfahren.

Stille und Achtsamkeit

Freitag: 18. November	Beginn:	17:00 – 18:00 Uhr
	Abend:	20:00 – ca. 21:15 Uhr
Samstag: 19.November	Früh:	7:00 – 8:00 Uhr
	Vormittag:	10:00 – ca. 12:00 Uhr
	Zeit für eigene Meditation und Reflektion	
	Spätnachmittag:	16:30 – ca. 18:00 Uhr
	Abend:	20:00 – ca. 21:00 Uhr
Sonntag: 20.November	Früh:	7:00 – 8:00 Uhr
	Vormittag:	10:00 – ca. 12:00 Uhr

Die Tage beinhalten: Stilles Sitzen, Musik
Texte unterschiedlicher Traditionen
Gebet, kürzere Teachings (Anleitungen)
Sitz-, Geh-, Sitzmeditation

Offen für alle Interessierte die sich nach Selbst-Erinnern, Ruhe, Sammlung,
Konzentration, Licht, Kontemplation und Meditation sehnen.

Art des Retreats:

Du nimmst am gesamten Retreat-Ablauf teil;
bzw. Du hast einen festen Platz und kommst so oft es dir möglich ist.

Der obere Yogaraum steht ebenso wie der Garten zur freien Verfügung.
Im unteren Meditationsraum werden wir während des gesamten Retreats Stille halten; und
jede(r) kann sich in den Pausen in dem Raum aufhalten / in dem Raum weiterpraktizieren.

Kosten: Retreat 18.-20.November: 180.- bis 240.- €
(je nach Einkommen und Selbsteinschätzung)

Wir laden dich herzlich zu einer Zeit der Stille und des Rückzugs ein
und freuen uns auf dich

Anmeldung und Infos bei Petra Parvati Pfeleiderer

Tel: 07131/257417

74076 Heilbronn, im Breitenloch 17

E-Mail: petrapfeleiderer@web.de